

NICOLA GHEZZANI, *La vita è un sogno. Derealizzazione, depersonalizzazione e attacchi di panico*, FrancoAngeli, Milano, 2018, pp. 142

In *Amleto*, la nota opera di Shakespeare, il protagonista desidera dormire, non per riposare, ma per “calmare i dolorosi battiti del cuore e le mille offese naturali di cui è erede la carne” (p.62). Dormire, dunque, per sfuggire dal dubbio atroce che lo pervade: vivere per vendicare il padre o vivere nel cinismo? È un dubbio angosciante e terribile, così tanto che Amleto desidera morire, ma non si suicida solo perché teme di essere raggiunto da quel male anche dopo la morte. Nicola Ghezzani non cita solo Shakespeare, ma anche Pedro Calderòn de la Barca con il dramma *La vita è sogno* (da cui prende il titolo questo volume), Jean-Paul Sartre con il romanzo esistenzialista *La nausea* e, per finire, Sofocle con la tragedia di Edipo. Il lettore si immerge dunque in opere che probabilmente conosceva già, ma di cui, mai prima della lettura di questo libro, aveva colto una visione così singolare e, per certi versi, attuale. Gli eroi tragici, protagonisti delle suddette opere, sono uomini fragili che vengono traditi da chi più amavano così come può accadere ad un uomo comune. Non riescono a gestire il sentimento di odio e rabbia che li atterrisce e sprofondano così tanto nell’angoscia da preferire lasciarsi andare in uno “stato di sogno” piuttosto che accettare la realtà. Ma cos’è questo “sogno”? Non certo quello che vede realizzarsi i più grandi desideri e che permette di volare con la fantasia, bensì uno stato d’essere in cui la coscienza dell’individuo si trova a galleggiare nel vuoto, alterando la percezione di sé stesso e della realtà che lo circonda. Questo libro da è un unicum nella produzione internazionale su una sindrome psicologica finora misconosciuta che lo psicoterapeuta e scrittore Nicola Ghezzani denomina “Disturbo da pseucondizione” (DPC).

Questo disturbo si manifesta attraverso due sintomi: quello della *derealizzazione* e quello della *depersonalizzazione*. Il filosofo H.F. Amiel, molti anni prima, scrivendo il proprio diario personale usò il termine “depersonalizzato” mentre descriveva la sensazione di sentirsi “tagliato fuori” da se stesso. Fu poi lo psicologo francese Dugas a prendere l’espressione proprio da quella pagina di diario. Il termine “derealizzazione”, invece, fu coniato dallo psichiatra W.M. Gross per descrivere il sentimento d’irrealtà relativo al mondo esterno. I due sintomi sono delle alterazioni della mente a cui l’autore decide di dedicare questo libro spiegandone la genesi, il significato e il percorso da seguire per arrivare alla tanto desiderata guarigione. Lo stesso autore è un ex-derealizzato guarito dopo essersi sottoposto ad una psicoterapia con il dottor Luigi Anepeta. È un libro che aiuta ad annullare la distanza che si crea tra chi soffre di un disturbo psicologico e chi no, in quanto vengono descritte in modo chiaro e autentico le esperienze personali del dottore. La sua storia diventa da subito l’esempio di tante storie. Un bambino empatico non può ignorare la tristezza dei propri genitori, ma avverte, nei loro occhi bui, una richiesta. Pur di accontentarla (non farebbe di tutto, un bambino, pur di vedere felici i propri genitori?) diventa il loro schiavo affettivo e può farlo in due modi: diventando un bambino buono e adattivo o diventando un bambino ribelle e oppositivo. In entrambi i casi la spontaneità infantile viene repressa e nell’Io si colloca una “parte morta”. L’Io, dunque, non è più autentico e libero, ma costretto e falsificato, diventa “pseudomorfo”.

Nella prima parte di questo libro l'autore spiega come visse, prima attraverso degli improvvisi svenimenti, poi tramite l'estasi, ed infine trovandosi a percepire il mondo intero in modo falso e angosciante, la sua fuga dalla realtà. Viene descritta, attraverso non solo la storia dell'autore, ma anche attraverso le esperienze dei suoi pazienti Claudio, Ignazio, Eleonora e Giordano, la funzione dei sintomi che, sebbene spaventino, in realtà proteggono il "malato" da pericolose pulsioni che così vengono relegate nell'inconscio avviando una "regressione ripartiva".

Dopo le primissime pagine del libro l'autore parla direttamente al lettore e, tra l'altro, gli dice, in modo confidenziale, intimo e rassicurante: "Leggimi, rifletti e fa' in modo di aver cura di te!".

E ci si sente, presto, parte di un tutto che sa, che comprende, che spiega ciò che si teme. L'ipotesi di Nicola Ghezzani, teorico di un nuovo modello clinico, è che la scissione che si crea fra il "dentro" e il "fuori" serva a non far giungere gli stati d'animo destabilizzanti all'Io. L'autore, scrittore di numerosi libri tutti editi FrancoAngeli, ha infatti formulato i principi della Psicologia dialettica che, rispetto alla psicologia psicanalitica, colloca l'origine dei conflitti non solo nelle relazioni primarie e antiche, ma anche nella competizione tra i giudizi relativi a sé e al mondo e alla relazione tra sé e il mondo.

Questo libro, già dal titolo, è evocativo e fa giungere al lettore un'immagine aperta a più interpretazioni, ma che sin dalle prime pagine si delinea e diventa sempre più chiara e decisa. In realtà, dopo essere giunti alla guarigione, meta verso la quale l'autore porta il derealizzato descrivendogli chiaramente il percorso (seppur difficile, ma possibile) da seguire, si comprenderà che quel sogno nel quale ci si era pericolosamente immersi, era solo l'inizio di un viaggio ricco di domande che avrebbe portato il soggetto ad indagare non solo su di sé, ma sulla ricchezza simbolica del proprio inconscio e di quello collettivo.

La guarigione è uno scrigno prezioso nel quale è custodita la verità, non solo personale. Sono tante le citazioni racchiuse in questo libro ed elevano non solo letteralmente il testo, ma anche simbolicamente dalle brutture e le angosce che la sofferenza porta con sé.

L'autore decide di dividere il testo in nove capitoli. Il linguaggio è semplice e comprensibile dai più e aiuta a comprendere il senso dell'opera. Il lettore non viene annoiato perché le frasi non sono mai ridondanti, e quelle più lunghe e articolate si alternano ad altre più brevi e di più agile lettura. Essendo trattato un argomento scientifico è anche presente un linguaggio settoriale e sono spiegati concetti derivati da altri testi con relativi riferimenti bibliografici.

Se, immergendosi in questo libro, ci si ritrova in un "sogno", alla fine, una volta terminato, ci si risveglia, non perché quel sogno lo si sia lasciato alle spalle, ma perché sarà stato compreso il motivo per cui veniva preferito alla realtà. E la realtà, finalmente, apparirà in tutta la sua bellezza, come mai era accaduto prima.

Lucia Carluccio

lucia_carluccio@libero.it